



Утверждаю  
 Директор МОБУ СОШ им.Г.Акманова д.Баишево  
 Мухамедьянов С.М.

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 17.01. 2025 года**

Рацион: Школьное меню

День: пятница

Неделя: 2

**Для обучающихся 1-4 классов и детей из ММС**

| № рец.                  | Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества (г) |    |    | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|---------------------------------|--------------|----------------------|----|----|--------------------------------|
|                         |                                 |              | Б                    | Ж  | У  |                                |
| 1                       | 2                               | 3            | 4                    | 5  | 6  | 7                              |
| <b>Завтрак</b>          |                                 |              |                      |    |    |                                |
| 184                     | Наггетсы из мяса птицы с соусом | 120          | 7                    | 8  | 33 | 220                            |
| 125                     | Картофельное пюре               | 200          | 3                    | 4  | 22 | 137                            |
| 430                     | Чай с сахаром                   | 200          | 0                    | 0  | 14 | 56                             |
| 3                       | Хлеб пшеничный                  | 50           | 4                    | 0  | 25 | 118                            |
| 14                      | Сыр порциями                    | 15           | 3                    | 4  | 0  | 53                             |
| 7                       | Яблоки                          | 150          | 1                    | 1  | 13 | 62                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                 |              | 14                   | 13 | 85 | 509                            |

**Для детей с ОВЗ**

| № рец.                  | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|
|                         |                                |              | Б                    | Ж    | У     |                                |
| 1                       | 2                              | 3            | 4                    | 5    | 6     | 7                              |
| <b>Завтрак</b>          |                                |              |                      |      |       |                                |
| 184                     | Каша манная вязкая             | 200          | 6                    | 8    | 33    | 220                            |
| 430                     | Чай с сахаром                  | 200          | 0                    | 0    | 14    | 56                             |
| 3                       | Хлеб пшеничный                 | 50           | 4                    | 0    | 25    | 118                            |
| 14                      | Сыр порциями                   | 15           | 3                    | 4    | 0     | 53                             |
| 7                       | Яблоки                         | 150          | 1                    | 1    | 13    | 62                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                |              | 14                   | 13   | 85    | 509                            |
| <b>Обед</b>             |                                |              |                      |      |       |                                |
| 86                      | Морковь тертая                 | 100          | 1                    | 2,1  | 7,5   | 54                             |
| 91                      | Рассольник Ленинградский       | 250          | 9,1                  | 11,3 | 15,4  | 192,5                          |
| 258                     | Жаркое по домашнему            | 300          | 19,3                 | 23,9 | 26,0  | 381,8                          |
| 402                     | Компот из смеси сухофруктов    | 200          | 0                    | 0    | 21,8  | 86,2                           |
| 3                       | Хлеб пшеничный                 | 70           | 5,3                  | 0,4  | 35,1  | 165,8                          |
| 442                     | Сок                            | 200          | 1                    | 0,2  | 20,2  | 92                             |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                |              | 35,7                 | 37,9 | 126,0 | 972,3                          |
| <b>Итого за день</b>    |                                |              | 50,1                 | 50,9 | 210,8 | 1482,1                         |

Заместитель директора по УВР

*Кульмухаметова Г.З.*  
 Кульмухаметова Г.З.  
 Повар  
*Ибрагимова Г.Х.*  
 Ибрагимова Г.Х.